



Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тамбовский государственный технический университет»



Утверждено

Ректор

М.Н. Краснянский

2016 г.

ПРОГРАММА
комплексного оздоровления обучающихся
Тамбовского государственного технического университета

Согласовано
Проректор по СР и МП
Г.А. Соседов
« 19 » _____ 2016 г.

**Программа
комплексного оздоровления обучающихся
Тамбовского государственного технического университета**

Проблема сохранения здоровья обучающихся в университетской системе образования сегодня очень актуальна. Одной из важных задач социальной работы и молодежной политики университета является благополучная динамика основных показателей здоровья студентов. Поэтому необходимо создание комплексной системы сохранения и развития здоровья обучающихся через внедрение программы комплексного оздоровления обучающихся университета. Цель программы - увеличение числа студентов, ведущих здоровый образ жизни и систематически участвующих в оздоровительных и спортивно-творческих мероприятиях.

В педагогической практике выделяют три основные группы подходов к решению проблемы здоровья в образовательных учреждениях: профилактический, методический и формирование здоровой личности.

Профилактический подход предусматривает передачу базовых знаний об индивидуальном здоровье; медико-социальный мониторинг состояния здоровья обучающихся; работу по профилактике вредных привычек и возможных заболеваний.

Методический подход предполагает обучение студентов способам и приемам взаимодействия с самим собой, своим внутренним миром, друг с другом, с окружающим обществом и природой; обучение навыкам самоорганизации и самообразования; формирование среды сотрудничества. Основная его цель — создание безопасной и развивающей социокультурной среды для обучающихся.

Третий подход — формирование здоровой личности. Он включает в себя оба выше названных направления, а также организацию системы условий для сохранения и создания здоровья. Это и развитие системы спортивных секций; вовлечение учащихся в различные виды творческой и спортивной деятельности; организация здорового качественного питания.

Такой комплексный подход даст эффективный результат при тесном взаимодействии медицинских работников и департамента социальной работы и молодежной политики университета.

Направления реализации программы оздоровления.

1. Рациональная организация образовательного процесса.

Рациональная организация образовательного процесса – неотъемлемая часть всей здоровьесберегающей деятельности университета. Сюда входит оздоровление учащихся без отрыва от образовательного процесса, организация алгоритма оздоровления в стенах университета и реализация творческого потенциала обучающихся через спортивно-оздоровительный комплекс университета и активные занятия в спортивно-творческих студенческих объединениях.

Такая система оздоровления обеспечивает правильное соотношение количества учебных занятий со статическими и динамическими видами деятельности, профилактику переутомления и поддержание высокой работоспособности. От этого зависит успешность

адаптации студентов к образовательной среде университета, уровень их физического и психического здоровья.

2. Просветительско-воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

Формирование информационного поля университета в направлении культуры и ценности здоровья и здорового образа жизни с учетом психолого-педагогических особенностей формирования личного отношения человека к своему здоровью. Важно не только предоставить знания о сохранении здоровья, но и сформировать у студента потребность применения полученных знаний и умений на практике.

3. Медицинская профилактика и наблюдение за состоянием здоровья.

Неотъемлемой частью здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения является организация динамического наблюдения за состоянием здоровья обучающихся, предоставление им своевременной медицинской помощи, учет заболеваемости и ее профилактика.

Алгоритм реализации программы оздоровления обучающихся университета

Первоначальным этапом реализации программы оздоровления является медицинский осмотр. Включает в себя обязательный медицинский осмотр согласно соглашению университета с ТОГБУЗ Тамбовская поликлиника №6 и формирование паспорта здоровья на всех обучающихся. На первом курсе все обучающиеся в обязательном порядке проходят этот медицинский осмотр.

На втором этапе составляется индивидуальная программа оздоровительной и спортивно-творческой деятельности студента, обязательным компонентом которой является обеспечение диетическим питанием всех студентов, участвующих по медицинским показаниям в программе оздоровления.

Согласно профилю заболевания, медицинским показаниям и индивидуальным творческим стремлениям программа может включать следующие виды медицинских процедур и занятия в спортивно-творческих студенческих объединениях:

№ п/п	Наименование	Место проведение	Количество занятий в месяц
1	Бассейн (акваэробика, плавание с инструктором)	УСК «Бодрость»	Определяется медицинскими показаниями
2	Тренажерный зал	УСК «Бодрость»	Определяется медицинскими показаниями
3	Фитнес (гимнастика)	Кафедра «Физвоспитания» зеркальный зал	Определяется медицинскими показаниями
4	Лечебная физкультура (ЛФК)	Зал санатория-профилактория	Определяется медицинскими показаниями
5	Медикаментозное лечение	Санаторий - профилакторий	Определяется медицинскими показаниями
6	Массаж (физиопроцедуры)	Санаторий -	Определяется

		профилакторий	медицинскими показаниями
7	Фитотерапия (чай)	Санаторий - профилакторий	Определяется медицинскими показаниями

В летний период оздоровление осуществляется на базе отдыха «Сосновый угол» с использованием веревочного парка.

Итоги реализации программы оздоровления

Внедрение и реализация комплексной программы оздоровления позволит успешно применять здоровые сберегающие технологии и достичь следующих показателей:

№ п/п	Наименование показателя	Единица измерения	Значение
1	Студенты, прошедшие медицинский осмотр в поликлинике	%	30%
2	Студенты, прошедшие через программу оздоровления в санатории-профилактории «Тонус»	чел./год	500
3	Динамика заболеваемости студентов в учебном году (уменьшение процента болеющих)	%/год	5-8
4	Процент вовлеченных студентов в оздоровительные программы университета	%	50

– Начальник управления СВР и МП

Главный врач СП «Тонус»

Начальник ФЭУ

М.В. Забавников

Г.И. Шибина

Т.Н. Кулюкина